

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

факультет клинической психологии

Оценочные материалы по дисциплине

**Психологические основы сопровождения людей
в трудных жизненных ситуациях**

(приложение к рабочей программе дисциплины)

Специальность 37.05.01 Клиническая психология

**Ростов-на-Дону
2025**

1. Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (полностью или частично)*

профессиональных (ПК)

Код и наименование профессиональной компетенции	Индикатор(ы) достижения профессиональной компетенции
ПК-3 Способен оказывать психологическую помощь медицинским работникам, работникам организаций социальной сферы и сферы образования, представителям социально уязвимых слоев населения, а также социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	ИД 3 ПК-3 Оказывает (самостоятельно или совместно с другими специалистами) экстренную психологическую помощь при обращении пациентов в экстремальных и кризисных ситуациях ИД 4 ПК-3 Разрабатывает и реализовывает психообразовательные мероприятия и программы клинико-психологической помощи на всех этапах профилактического, лечебного или реабилитационного процесса, а также в кризисных и экстремальных ситуациях

2. Виды оценочных материалов в соответствии с формируемыми компетенциями

Наименование компетенции	Виды оценочных материалов	количество заданий на 1 компетенцию
ПК-3	Задания закрытого типа	25 с эталонами ответов
	Задания открытого типа	75 с эталонами ответов

ПК-3

Задания закрытого типа

- Психологическое сопровождение личности в трудной жизненной ситуации предполагает виды поддержки:
 - 1) информационная поддержка (предоставление необходимого количества информации для преодоления трудной жизненной ситуации);
 - 2) эмоциональная поддержка (создание благоприятной обстановки, способствующей выходу из трудной жизненной ситуации);
 - 3) личностно-развивающая поддержка (развитие способностей к самоанализу, рефлексии, мотивации к достижению успеха и др.).
 - 4) все перечисленное.

Эталон ответа: 4. Все перечисленное

- Посттравматическое стрессовое расстройство:

- 1) психическое состояние, возникающее в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям
- 2) тяжелое психическое состояние, которое возникает в результате единичной или повторяющийся психотравмирующих ситуаций
- 3) психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий и выраженное в чувстве неконтролируемого страха или тревоги

Эталон ответа: 2. Тяжелое психическое состояние, которое возникает в результате единичной или повторяющийся психотравмирующих ситуаций

3. Главными принципами оказания помощи перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций являются:

- 1) безотлагательность
- 2) приближенность к месту событий
- 3) оба варианта верны
- 4) нет верного ответа

Эталон ответа: 3. Оба варианта верны

4. У человека в экстремальной ситуации могут появляться следующие симптомы

- 1) Галлюцинации
- 2) Бред
- 3) Оба варианта верны
- 4) Нет верного ответа

Эталон ответа: 3. Оба варианта верны

5. К общим признакам экстремальной ситуации относи(я)тся

- 1) Состояние психической напряженности и различные реакции человека на экстремальность окружающей обстановки, преодоление которой имеет для него большое значение
- 2) Наличие непреодолимых трудностей, осознание угрозы или непреодолимого препятствия на пути реализации каких-либо конкретных целей
- 3) Оба варианта верны
- 4) Нет верного ответа

Эталон ответа: 3. Оба варианта верны

6. Психологическая поддержка является составной частью первой помощи, так ли это

- 1) Да
- 2) Нет
- 3) Иногда

Эталон ответа: 1. Да

7. Такие условия, в которых возникает угроза жизни человека, его здоровью или имуществу от внешних объектов из-за незапланированного (неожиданного) изменения их состояния, приводящего к появлению и действию дезадаптирующих факторов

- 1) Чрезвычайные условия
- 2) Экстремальные условия
- 3) Спонтанные условия

Эталон ответа: 2. Экстремальные условия

8. Одно из направлений прикладной психологии, которое исследует проблемы, связанные с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях

- 1) Ситуационная психология
- 2) Психология чрезвычайных ситуаций
- 3) Психология экстремальных ситуаций

Эталон ответа: 3. Психология экстремальных ситуаций

9. Определите вид следующей копинг-стратегии (Р. Лазарус и С. Фолкман) «агрессивные усилия по изменению ситуации, предполагают определенную степень враждебности и готовность к риску» - это

- 1) конфронтация
- 2) бегство/избегание
- 3) поиск социальной поддержки
- 4) принятие ответственности

Эталон ответа: 1. Конфронтация

10. Ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер:

- 1) кризисная
- 2) стрессовая
- 3) пугающая

Эталон ответа: 1. Кризисная

11. Выберите основное мероприятия оказание помощи при ступоре:

- 1) лишить пострадавшего внимания окружающих
- 2) заставить пострадавшего выполнить конкретное поручение
- 3) неожиданно совершить отвлекающее действие, например, громко крикнуть

Эталон ответа: 3. Неожиданно совершить отвлекающее действие, например, громко крикнуть

12. Выберите основное мероприятия оказание помощи при плаче:

- 1) дать поплакать и вывести на разговор
- 2) говорить тихо, медленно и четко
- 3) успокоить, укатать, дать горячий чай

Эталон ответа: 1. Дать поплакать и вывести на разговор

13. Выберите основное мероприятия оказание помощи при активном неудержимом движении:

- 1) неожиданно совершить отвлекающее действие, например, громко крикнуть
- 2) говорить тихо, медленно и четко
- 3) заставить пострадавшего выполнить конкретное поручение

Эталон ответа: 3. Заставить пострадавшего выполнить конкретное поручение

14. Определите вид следующей копинг-стратегии (Р. Лазарус и С. Фолкман) «мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные к бегству или избеганию проблемы в отличие от дистанцирования от нее» - это

- 1) конфронтация
- 2) бегство/избегание
- 3) поиск социальной поддержки
- 4) принятие ответственности

Эталон ответа: 2. Бегство/избегание

15. Стадии общего адаптационного синдрома по Г. Селье:

- 1) Стадия адаптации
- 2) Стадия страха
- 3) Стадия тревоги
- 4) Стадия истощения
- 5) Стадия сопротивления
- 6) Стадия конфликта

Эталон ответа: 3. Стадия тревоги. 4. Стадия истощения. 5. Стадия сопротивления

16. Поведенческая терапия ставит перед собой цель:

- 1) увеличить поведенческий репертуар
- 2) сделать клиента более самостоятельным
- 3) избавить клиента от психологических комплексов
- 4) разрешить клиенту реализовывать свои фантазии

Эталон ответа: 1. Увеличить поведенческий репертуар

17. Поведенческая терапия ставит перед собой цель:

- 1) увеличить поведенческий репертуар
- 2) сделать клиента более самостоятельным
- 3) избавить клиента от психологических комплексов
- 4) разрешить клиенту реализовывать свои фантазии

Эталон ответа: 1. Увеличить поведенческий репертуар

18. В клиент-центрированной психотерапии создание эмпатической коммуникации позволяет

- 1) избежать контрпереноса
- 2) создать контрперенос
- 3) избежать переноса
- 4) создать перенос

Эталон ответа: 3. Избежать переноса

19. Проблема отчуждения человека рассматривалась сторонниками

- 1) негативизма
- 2) психоанализа
- 3) гипнотерапии
- 4) экзистенциализма

Эталон ответа: 4. Экзистенциализма

20. Определите вид следующей копинг-стратегии (Р. Лазарус и С. Фолкман) «когнитивные усилия на отделение от ситуации и уменьшении ее значимости» - это

- 1) конфронтация
- 2) дистанцирование
- 3) поиск социальной поддержки
- 4) принятие ответственности

Эталон ответа: 2. Дистанцирование

21. Главными принципами оказания помощи перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций являются:

- 1) Безотлагательность
- 2) Приближенность к месту событий
- 3) Оба варианта верны
- 4) Нет верного ответа

Эталон ответа: 3. Оба варианта верны

22. Типы переживаний в кризисных ситуациях по В. Василюку:

- 1) Депрессивные
- 2) Гедонистические
- 3) Реалистические
- 4) Экзистенциальные
- 5) Ценностные
- 6) Творческие

7) Трансцендентные

Эталон ответа: 2. Гедонистические. 3. Реалистические. 5. Ценностные. 6. Творческие

23. Определите вид следующей копинг-стратегии (Р. Лазарус и С. Фолкман) «усилия по регулированию своих чувств и действий» - это

- 1) конфронтация
- 2) бегство/избегание
- 3) поиск социальной поддержки
- 4) самоконтроль

Эталон ответа: 4. Самоконтроль

24. Задачами психотерапии являются (несколько ответов)

- 1) Решение проблем пациента
- 2) Помощь пациенту в осознании себя и своих возможностей (ресурсов)
- 3) Поощрение свободного выражения чувств
- 4) Советы пациенту как правильно поступать в тех или иных ситуациях
- 5) Помощь пациенту в освоении и проверке новых способов мышления и поведения за пределами психотерапевтической ситуации
- 6) Помощь пациенту в осознании своих проблем

Эталон ответа: 2. Помощь пациенту в осознании себя и своих возможностей (ресурсов) 3. Поощрение свободного выражения чувств 5. Помощь пациенту в освоении и проверке новых способов мышления и поведения за пределами психотерапевтической ситуации 6. Помощь пациенту в осознании своих проблем

25. В основе депрессивных расстройств по мнению КПТ лежит:

- 1) органический компонент
- 2) иррациональные негативные мысли
- 3) травмирующий детский опыт
- 4) невербализованные чувства

Эталон ответа: 2. Иррациональные негативные мысли

Задания открытого типа

1. Перечислите стадии чрезвычайной ситуации.

Эталон ответа:

1. Стадия зарождения – постепенное накопление отрицательных эффектов, приводящих к возникновению неблагоприятной ситуации. 2. Стадия инициирования – начало развития ЧС. 3. Стадия кульминации – пик катастрофы, когда разрушающее воздействие наиболее высоко. 4. Стадия затухания. 5. Стадия ликвидации последствий.

2. Перечислите классификации чрезвычайных ситуаций.

Эталон ответа:

-По природе возникновения: техногенные; природные; социальные; экологические. -По масштабу распространения: локальные; объектовые; местные; национальные; региональные, глобальные. -По степени внезапности: внезапные (непрогнозируемые); ожидаемые (прогнозируемые). -По скорости возникновения: стремительные; быстро распространяющиеся; умеренные. -По продолжительности действия: кратковременные; затяжные.

3. Что понимают под кризисной ситуацией.

Эталон ответа:

Кризисная ситуация – это ситуация, которая требует от человека значительных перемен за короткий промежуток времени, главным образом в представлениях о мире и себе. Эти

перемены могут носить как позитивный, так и негативный характер. Кризис возникает в ситуациях, когда ранее приобретенные образцы поведения становятся недостаточны или «устарели» для преодоления сложных обстоятельств.

4. Что понимают под стрессом и стрессором.

Эталон ответа:

Стресс – это неспецифическая реакция организма на физическое или психологическое воздействие, нарушающее его гомеостаз. Стрессор обладает лишь способностью возбуждать стрессовую реактивность. Стрессор – фактор, вызывающий состояние стресса.

5. Перечислите стадии развития стресса.

Эталон ответа:

1. Стадия тревоги – мобилизация энергетических ресурсов в ожидании какого-либо серьезного события или воздействия на организм. 2. Стадия сопротивления – на данном этапе организм начинает работать на износ, пытаясь решить трудности, сложности, возникшие перед ним, хотя все ресурсы расходуются достаточно сбалансировано. 3. Стадия истощения – человек чувствует усталость, подавленность, работоспособность снижается к нулю.

6. Перечислите 5 основных задач копинга (по Козну и Лазарусу).

Эталон ответа:

-Минимизация негативных воздействий обстоятельств и повышение возможностей восстановления активности. -Терпение, приспособление или регулирование, преобразование жизненных ситуаций. -Поддержание позитивного, положительного «образа Я», уверенности в своих силах. -Поддержание эмоционального равновесия. -Поддержание, сохранение достаточно тесных взаимосвязей с другими людьми.

7. Назовите стадии переживаний, которые проходят люди, находящиеся в тяжёлом горе

Эталон ответа:

1. Шок - обычен в начальных стадиях, следующих за утратой. 2. Отрицание - неприятие трудного факта, протест или злоба по отношению к смерти. 3. Злоба (возникает тогда, когда стихает первый шок. 4. Торг (сделка) состояние и действия, в результате совершения которых, как думают люди, что-то может измениться. 5. Депрессия - сожаление о своих плохих поступках. 6. Принятие смирение с фактом утраты.

8. Перечислите этапы работы с пациентами после ампутации конечности в рамках экзистенциального подхода.

Эталон ответа:

Облегчение актуального болезненного состояния. 2. Эмоциональная поддержка и восстановление внутреннего равновесия пострадавших. 3. Активизация ресурсных переживаний - использование ресурсов воображения и эмоциональной памяти. 4. Перевод когнитивной оценки травмирующей ситуации из однозначно негативной, в ситуацию экстремальную, из которой он может и должен извлечь определённые уроки. 5. Обретение нового знания себя, своего внутреннего потенциала; принятие себя со всеми достоинствами и недостатками. 6. Восстановление позитивной жизненной перспективы.

9. Опишите следующую позицию, в которой могут располагаться партнеры по общению в ходе взаимодействия: позиция «лицом к лицу», напротив друг друга.

Эталон ответа:

Эта позиция содержит в себе элемент конфронтации; она встречается при конфликтах, в ситуации обострения отношений. Например, при знакомстве с новым, неизвестным лицом, к нему разворачиваются всем телом, лицом к лицу встречая потенциальную опасность,

которую несет в себе каждый незнакомый человек. Во время консультативной и терапевтической ситуации эту позицию следует избегать.

10. Опишите следующую позицию, в которой могут располагаться партнеры по общению в ходе взаимодействия: позиция «рядом», «бок о бок».

Эталон ответа:

Позиция сотрудничества, при отсутствии напряжения, враждебности между собеседниками, которых связывает взаимное доверие. Эта позиция характеризует партнерское общение, предполагает наличие психологического контакта, отношения сотрудничества, связанного с достижением общих целей.

11. Опишите следующую позицию, в которой могут располагаться партнеры по общению в ходе взаимодействия: общение «через стол».

Эталон ответа:

Практически всегда означает отношения власти; отношения «руководитель-подчиненный», с ролевым распределением, с выполнением нормативных запретов и предписаний, регламентирующих общение, его структуру и время взаимодействия. Подобные взаимоотношения практически исключают доверительность и затрудняют психологический контакт. Поэтому в кабинете, где медицинский работник ведет прием, стул для пациента ставится сбоку от стола, что с самого начала создает более эффективные условия для взаимодействия.

12. Опишите особенности профилактики сопротивления среди пациентов.

Эталон ответа:

Специалисту нужно быть реалистичным и гибким и помнить, что возможности медицинского работника не беспредельны. Выяснить в первую очередь, в чем его личные и профессиональные ограничения. Если ожидания роста, развития и изменения превосходят ожидания пациента, то консультативные отношения могут закончиться противоборством. Желательно поощрять в пациенте ответственность за себя. Даже несмотря на то, что сопротивление пациента в какой-то мере естественно, в конечном счете, ответственность за то, чтобы справиться с ним, по-прежнему несет пациент. Необходимо обучить пациентов тому, как эффективно участвовать. В консультативном процессе, и демонстрировать им, как это может служить их собственным интересам.

13. Какая существует тактика медицинского общения?

Эталон ответа:

В процессе лечебной деятельности важную роль играет умение выслушать пациента, что представляется необходимым для формирования контакта между ним и медицинским работником, в частности врачом. Умение выслушать больного человека не только помогает определить и диагностировать заболевание, которому он может быть подвержен, но и сам по себе процесс выслушивания оказывает благоприятное взаимодействие на психологический контакт врача и пациента.

Важно отметить, что необходимо учитывать и особенности (профильность) заболевания при контакте с пациентом, поскольку в распространенных в клинической медицине терапевтических отделениях находятся больные самого различного профиля.

14. Какие психологические проблемы могут возникать у ВИЧ-инфицированных пациентов.

Эталон ответа:

У больных СПИДом выявляется повышенная готовность к суицидам как реакция на негативное отношение общества, потерю сексуального партнерства, угрозу мучительной смерти. Это требует психологического сопровождения и психотерапии с этими больными. В

психологической реакции на венерические инфекции звучит социальная оценка – позорность диагноза, поэтому на фоне депрессивно-тревожных переживаний преимущественно у женщин может развиваться суицидальное поведение.

15. Какие психологические проблемы могут возникнуть у пациентов после инфаркта.

Эталон ответа:

При выздоровлении после инфаркта на длительный срок остаются астенические эмоции. Может быть ипохондрическая фиксация на бывших в прошлом ощущениях. У таких больных возникает определенный стиль поведения. Они вырабатывают для себя щадящий режим, ограничивают круг обязанностей, сосредотачиваются на болезни. Они постоянно вспоминают о том, что случилось, возвращаясь в мыслях к пережитому.

16. Опишите, какие дополнительные источники стресса воздействуют на пациентов с кожными заболеваниями

Эталон ответа:

-Длительное хроническое течение с периодическими обострениями. -Резистентность к терапии. -Необходимость соблюдать диету. -Неприятные ощущения зуда, жжения. -Стыд и дискомфорт при общении. -Атрибуция другим неприязненного отношения из-за боязни заражения.

17. Когда осуществляется этап кризисной поддержки? Назовите техники кризисной поддержки.

Эталон ответа

Этап кризисной поддержки осуществляется в начале индивидуальной кризисной психотерапии. Основной техникой которого является активное слушание, направленное на дезактуализацию травмирующих переживаний - необходимо дать пациенту проговорить травмирующие переживания, рассказать о случившемся. В дальнейшем актуализируются адаптивные варианты копинг-поведения и личностные защиты, требующие обязательной эмоциональной поддержки пациента.

18. Перечислите типы патологической скорби.

Эталон ответа:

1. "Блокирование" скорби во избежание интенсификации процесса скорби. 2. Трансформация скорби в идентификацию с умершим человеком. В этом случае происходит отказ от любой деятельности, способной отвлечь внимание от мыслей об умершем. 3. Растягивание процесса скорби во времени с обострениями, например, в дни годовщин смерти. 4. Чрезмерно острое чувство вины, сопровождаемое потребностью наказывать себя. Иногда такое наказание реализуется посредством самоубийства

19. Перечислите виды трудных жизненных ситуаций.

Эталон ответа:

Исследователи предлагают классифицировать их по степени участия человека: 1) трудные жизненные ситуации; 2) трудные ситуации, связанные с выполнением какой-либо задачи; 3) трудные ситуации, связанные с социальным воздействием. Ф. Е. Василюк выделяет четыре основных типа в соответствии с особенностями ситуаций: стресс, фрустрацию, конфликт и кризис.

По типам трудностей классифицирует трудные жизненные ситуации Муздыбаев К.: по интенсивности; по величине потери или угрозы; по длительности (хронические, краткосрочные); по степени управляемости событий (контролируемые, неконтролируемые); по уровню влияния.

20. Какие вы знаете методики для определения механизмов поведения личности в трудных жизненных ситуациях?

Эталон ответа:

Существует большое количество методик определения механизмов поведения личности. Например, диагностика псевдокомпенсаций осуществлялась с помощью методики «Псевдокомпенсации», составленной соответственно представлениям А. Адлера. Или же можно использовать методику «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика, предназначенная для диагностики механизмов психологической защиты «Я».

21. Какие приемы приспособлений используют люди в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

Человек может использовать такую технику как приспособление к базовым моментам ситуации (общественным установкам, социальным нормам, правилам деловых отношений и т.п.). Так же Приспособление к особенностям и нуждам других людей или же выбрать себе роль и вести себя в соответствии с нею. Часто применяемой формой приспособления выступает отождествление себя с более удачливыми людьми или отождествление с серьезными и влиятельными объединениями и организациями, а также техника выявления границ собственных возможностей.

22. Что необходимо сделать специалисту при социальном сопровождении семей в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

Специалист, осуществляющий социальное сопровождение, должен уметь оценивать трудную жизненную ситуацию семьи. При составлении плана социального сопровождения четко формулируются цели и задачи, а также мероприятия, необходимые для достижения поставленной цели. Должна проговариваться и роль самого клиента в совместной со специалистом работе.

23. Какие можно поставить задачи при психологическом сопровождении человека, находящегося в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

Психолого-педагогическое сопровождение человека, находящегося в трудной жизненной ситуации, – это система, в основе которой лежит единство четырех задач. 1) Диагностики возникшей трудной жизненной ситуации. 2) Информировании о путях возможного преодоления трудной жизненной ситуации. 3) Консультации на этапе принятия и выработки плана преодоления трудной жизненной ситуации. 4) Первичной помощи при реализации плана преодоления трудной жизненной ситуации.

24. Взаимодействие каких факторов происходит в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

В трудной жизненной ситуации одновременно взаимодействуют несколько факторов. Первый-поведенческий, указывающий на отсутствие сформированных моделей поведения в данной ситуации. Второй-когнитивный, показывающий недостаток знаний, умений и навыков для нормальной жизнедеятельности в ней. Третий-витальный, заключающийся в субъективном ощущении невозможности существовать в этой ситуации. Четвертый-экзистенциальный, указывающий на «экзистенциальный вакуум», ревизию системы ценностных ориентаций и дискретность образа «Я». Пятый-вероятностно-прогностический, состоящий в оценке вероятности ситуации жизненной трудности до ее возникновения.

25. Перечислите главные аспекты сопровождения детей, которые попали в трудную жизненную ситуацию.

Эталон ответа:

Первое положение - это следование за естественным развитием ребенка на данном возрастном и социокультурном этапе онтогенеза. Второе положение включает в себя создание условий для самостоятельного творческого освоения детьми системы отношений с миром и самим собой, а также для совершения каждым ребенком личностно значимых жизненных выборов. И третье положение предполагает, что в идее сопровождения последовательно осуществляется принцип вторичности его форм и содержания по отношению к социальной и учебно-воспитательной среде жизнедеятельности ребенка.

26. Какие эмоциональные реакции и переживания могут возникать у детей и подростков в трудных жизненных обстоятельствах?

Эталон ответа:

В трудных жизненных обстоятельствах у детей и подростков могут возникать различные эмоциональные реакции и переживания. Некоторые из них включают чувства горя, страха, тревоги, гнева и печали. Дети и подростки также могут испытывать чувство беспомощности, непонимания, одиночества и потери.

27. Как влияют трудные жизненные обстоятельства на эмоциональное благополучие и психологическое состояние детей и подростков?

Эталон ответа:

Трудные жизненные обстоятельства могут негативно влиять на эмоциональное благополучие и психологическое состояние детей и подростков. Они могут вызывать стресс, тревогу, депрессию, повышенную раздражительность и эмоциональную нестабильность. В результате этого дети и подростки могут испытывать затруднения в регулировании своих эмоций, формировании позитивной самооценки и установлении социальных связей.

28. Какие существуют типы психологической защиты (по Ф.Б. Березину)?

Ф.Б. Березин выделяет 4 типа психологической защиты.

1.Препятствующие осознанию самой тревоги, либо факторов, ее вызывающих (отрицание, вытеснение). 2.Позволяющие фиксировать тревогу на определенных стимулах (фиксация тревоги). 3.Снижающие уровень побуждений (обесценивание исходных потребностей). 4.Устраняющие тревогу или модифицирующие ее интерпретацию за счет формирования устойчивых концепций.

29. Какие есть способы эмоционально-ориентированного психологического преодоления стресса?

Эталон ответа:

Во-первых, это самообвинение, выражающееся в критике, сожалениях, поучениях и назиданиях самому себе.

Во-вторых, избегание, при котором человек продолжает себя вести так, как если бы ничего не произошло.

В-третьих, предпочитаемое истолкование - призрачные надежды, когда человек надеется на чудо.

30. Какие существуют техники в общепсихологической системе приспособления?

Эталон ответа:

Первая «техника», входящая в общую систему приспособления, включает действия, ориентированные на достижения, на успех, на изменение практической ситуации.

Вторая «техника» заключается в приспособлении к ситуационным аспектам ситуации, социальным нормам и общественным установлениям, к правилам деловых отношений.

Третья «техника» имеет большое значение в состояниях социальных потрясений. Она основана на умении приспосабливаться к потребностям других людей.

Четвертая «техника» названа Томэ «заботой об установлении и поддержании социальных контактов».

Пятая «техника» получила название «акцептации ситуации», т.е. принятие ее такой, какова она есть, после сравнения с положением людей, находящихся в еще более бедственном состоянии.

31. Какие задачи стоят перед человеком в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

Во-первых, человек в трудной жизненной ситуации должен для себя установить её смысл и значение. После того, как человек пришел в себя от потрясения, он постепенно начинает понимать то, что с ним произошло. Начинает происходить оценивание ситуации, предвосхищаться возможные последствия и т.д.

Во-вторых, трудная жизненная ситуация предъявляет определенные требования, которым человек должен соответствовать. Поэтому важна не только его реакция на возникшие требования, но и возможность жить в соответствии с этими новыми условиями.

В-третьих, для многих людей становится особенно важной задача поддержания родственных и дружеских отношений, для оказания и принятия возможной помощи в трудной жизненной ситуации.

В-четвертых, необходимой оказывается задача сохранения эмоционального баланса, избегания эмоциональных крайностей, умения адекватно эмоционально реагировать в трудной жизненной ситуации.

В-пятых, возможно, главной является задача сохранения и поддержания «образа Я», уверенности в себе и, как следствие, уверенности в своем завтрашнем дне.

32. Какие существуют специфические стратегии поведения в трудной жизненной ситуации?

Эталон ответа:

- Стратегия, сфокусированная на оценке (логический анализ, когнитивная подготовка, выделение позитивных моментов и т.д., возможно использование и защитных механизмов: отрицание или приуменьшение угрозы и пр.).

- Стратегия, сфокусированная на проблеме (является принятие решения и реализация конкретных действий).

- Стратегия, сфокусированная на эмоциях (обретение надежды на изменение ситуации, размышления о позитивной перспективе, следование нормам морали, научение терпимости).

33. Как человек справляется с трудной жизненной ситуацией?

Эталон ответа:

-Посредством устранения или изменения условий, породивших проблему (стратегия изменения проблемы). -Путем перцептивного управления смыслом переживаний таким образом, чтобы нейтрализовать их проблемный характер (стратегия изменения способа видения проблемы).- Посредством удержания эмоциональных последствий возникшей проблемы в разумных границах (стратегия управления эмоциональным дистрессом).

34. Что представляют собой методы кризисной терапии?

Эталон ответа:

Методы кризисной психотерапии, которые используются в кризисном консультировании, включают рациональную и когнитивную психотерапию, гештальт-терапию, экзистенциальную и групповую поведенческую терапию, телесно-ориентированные

практики, арт-терапию, краткосрочные позитивные техники, НЛП, суггестивные техники, а также методику прогрессивной мышечной релаксации и метод аутогенной тренировки. Чувства, которые человек испытывает в процессе переживания кризисной ситуации, представлены тревогой, беспомощностью, стыдом, печалью, гневом, противоречивостью. Специалисты, которые работают в сфере оказания поддержки в кризисных ситуациях, чаще всего сталкиваются с людьми, пребывающими в состоянии горя.

35. Что должен учитывать специалист, работающий с детьми с трудной жизненной ситуацией?

Эталон ответа:

Специалист, работающий с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации, должен уметь четко видеть перспективы будущего таких детей и помогать им делать первые шаги к изменению себя. Подростки, находящиеся в трудной жизненной ситуации, как правило лишены представлений о счастливом человеке. Их «счастье» значительно отличается от представлений детей из нормальных семей. Самые распространенные ответы об основных показателях счастья являют вещественные характеристики, такие как: еда, сладости (много конфет), наличие игрушек, много подарков, модная одежда.

36. Какие задачи решает профилактика в целом при работе с детьми, склонных к девиантному поведению в трудных жизненных ситуациях?

Эталон ответа:

- 1.Формирование мотивации на позитивные отношения к окружающему миру и желание вести ЗОЖ;
- 2.Формирование мотивации направленной социально-поддерживающего поведение.
- 3.Развитие факторов социально-эффективного поведения, личностно-средовых ресурсов и поведенческих стратегий.
- 4.Формирование знаний и навыков в области противодействия различным видам отклоняющегося поведения, с помощью информационного просвещения.
- 5.Формирование мотивации на изменение дезадаптивных форм поведения с подростками склонными к девиантному поведению, а также с их семьями для формирования желания изменяться.
- 6.Изменение дезадаптивных форм поведения на адаптивные.
- 7.Формирование и развитие социально-поддерживающих связей со сверстниками и взрослыми, для сопереживающего поведения.
- 8.Поощрение стремлений подростков к изменению дезадаптивных форм поведения и максимальное снижение вреда от него.

37. Перечислите закономерности в проявлениях стрессовых состояний, характерных для врачей различных специализаций.

Эталон ответа:

-Неудовлетворительная автономия в исполнении трудовых задач, которая проявляется в чувстве отсутствия свободы выбора при разрешении задач в процессе профессиональной деятельности, невозможности осуществления творческого потенциала, не востребоуванности новаторства и невозможности выразить инициативу. -Ухудшение общего самочувствия (возникновение вялости, слабости, плохого настроения). -Стойкие проявления хронического стрессового состояния (высокая степень тревожных проявлений). -Развитие устойчивых комплексов поведенческих и личностных деформаций, формирование синдрома выгорания.

38. Психологический кризис характеризуется:

Эталон ответа: опасностью и потенциалом развития

39. Степень кризисности ситуации определяется:

Эталон ответа: адаптивными возможностями самого человека

40. Ситуация для человека становится кризисной в силу:

Эталон ответа: субъективного переживания самим человеком ее как таковой

41. Неуспешное (длительное либо патологическое) преодоление кризисной ситуации происходит в случае:

Эталон ответа: ее отрицания

42. Наиболее опасными для психического и психологического здоровья человека в большинстве случаев являются ситуации, связанные с:

Эталон ответа: осмыслением собственной смертности

43. Конструктивный выход из кризиса означает:

Эталон ответа:

Личностный рост, связанный с получением нового опыта

44. Деструктивный выход из кризиса характеризуется:

Эталон ответа:

Разрушительными последствиями и личностной дезорганизацией

45. Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

Эталон ответа:

Нарушениях коммуникативных функций

46. Кризис у человека может проявиться через:

Эталон ответа:

Нарушение внимания и памяти

47. Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:

Эталон ответа:

Охватывают все уровни личностной организации

48. Кризис первого года жизни характеризуется:

Эталон ответа:

Становлением ходьбы и речи

49. Кризис «средних лет» наступает, как правило, в возрасте:

Эталон ответа: 35 ± 2 года

50. Непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у каждого человека называется:

Эталон ответа: посттравматическое стрессовое расстройство

51. Согласно определению Ганса Селье, стресс представляет собой общий адаптационный синдром, обеспечивающий мобилизацию организма и имеет три стадии развития:

Эталон ответа: тревоги, резистентности, истощения

52. Аутоагрессивное поведение, связанное с кризисными ситуациями в жизни, называется:

Эталон ответа: аномическим

53. Закономерные кризисы – это:

Эталон ответа:

Кризисы развития, которые являются неотъемлемой частью нормального онтогенеза

54. Переживание психологических кризисов через «уход в себя» более характерно для:

Эталон ответа: мужчин

55. Нормальная реакция на ненормальные обстоятельства у человека, который пережил нечто, выходящее за рамки обычного человеческого опыта – это:

Эталон ответа: травматический стресс

56. Выделяют три вида посттравматических стрессовых расстройств:

Эталон ответа: острое, хроническое, отсроченное

57. Повторяющиеся тяжелые сны о травматическом событии, ощущение «оживания» опыта представляет собой:

Эталон ответа: флэшбэк-эффекты

58. Посттравматическое стрессовое расстройство по времени возникновения начинается спустя более:

Эталон ответа: 1 месяц

59. Тяжелые переживания с возбуждением, которые были вызваны ситуацией, напоминающей о травматических событиях, относятся к критерию диагностики ПТСР –

Эталон ответа:

Повторные переживания (флэшбэки)

60. Изменения во внутреннем опыте специалиста, которые возникают в результате его эмпатической вовлечённости в отношения с пациентом, переживающим психологическую травму называется:

Эталон ответа: вторичной травмой

61. Метод работы с психической травмой в группах с людьми, совместно пережившими катастрофу, помогающий участникам размышлять о пережитом опыте, делать полезные для себя открытия и делиться друг с другом, называется:

Эталон ответа: дебрифингом

62. Основная цель кризисной психологической помощи заключается в:

Эталон ответа:

Снижении тяжести психологических последствий после пережитых событий

63. Что может являться основным моментом в построении эффективного и бесконфликтного общения?

Эталон ответа:

Наличии и у медработника, и у пациента коммуникативной компетентности. Коммуникативная компетентность – это способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми, результатом чего являются достижение взаимопонимания между партнёрами и правильное понимание предмета общения. Коммуникативная компетентность является основной профессионально значимой компетенцией медицинского работника. Это умение позволяет не только осуществить более точную диагностику, но и наладить психологический контакт с пациентом. Доверие, возникающее между пациентом и медицинским работником, позволяет получить более полную и достоверную информацию о самочувствии пациента.

64. Как проводится краткое профилактическое консультирование.

Эталон ответа:

Краткое профилактическое консультирование проводится как обязательный компонент диспансеризации и профилактического медицинского осмотра медицинским работником. Проводится по структурированной схеме не более 10 минут. В рамках данного консультирования все пациенты должны получить информацию о здоровом образе жизни и, в зависимости от имеющихся факторов риска, краткие рекомендации по конкретным факторам риска.

65. Как проводится углубленное профилактическое консультирование.

Эталон ответа:

Проводится лицам с 2-й и 3-й группой здоровья по направлению участкового врача в кабинете медицинской профилактики, специально обученным медицинским работником. Продолжительность углубленного профилактического консультирования составляет 45 минут. При таком виде консультирования возможно его повторение для контроля и поддержания выполнения врачебных советов.

66. Что понимают под восприятием человека человеком.

Эталон ответа:

Восприятие человека человеком – процесс психологического познания людьми друг друга в условиях непосредственного общения. Этот процесс включает в себя все уровни психического отражения, начиная от ощущения и заканчивая мышлением. В процессе восприятия человека человеком формируются представления людей друг о друге, умение определять черты характера, способности, интересы, эмоционально-динамические особенности профессии и т.д.

67. К личностным факторам, влияющим на создание мотивации выбора врачебной деятельности, можно отнести следующие.

Эталон ответа

-Мотивация по методу исключения (все остальное скучно и неинтересно). -После собственной длительной болезни. -Стремление помочь своим близким, которые больны. - Стремление к самопознанию. Познавательная мотивация.

68. Какие факторы можно отнести к способствующим появлению профессиональной деформации, можно отнести следующие.

Эталон ответа:

-Определенные мотивации, в основе которых лежит нереалистический взгляд на возможности выбранной профессии. -Отсутствие необходимых профессиональных качеств. -Личные проблемы.

69. Перечислите отличия нормативных кризисов взрослости от детских кризисов.

Эталон ответа:

1. В зрелом возрасте перечень, номенклатура основной деятельности нередко остается постоянной, в отличие от периода детства, когда происходит смена ведущих деятельностей. 2. Глубокие изменения происходят внутри самих основных деятельностей взрослого человека, в их соотношении между собой. 3. Кризисы зрелости возникают реже, с большим временным разрывом, они в гораздо меньшей степени привязаны к возрасту и более тесно зависят от социальной ситуации, личностных обстоятельств жизни. 4. Развитие в интервалах между кризисами происходит более сглажено, хронологические рамки достаточно условны. 5. Кризисы зрелости происходят более осознанно и более скрыто, недемонстративно для окружающих. 6. Выход из кризиса, его преодоление связаны с необходимостью собственной активной внутриличностной работы; решающая роль в становлении личности во всей ее полноте и уникальности принадлежит самому человеку.

70. Перечислите задачи когнитивно-поведенческой психотерапии.

Эталон ответа:

-Осознать влияние мыслей на эмоции и поведение. -Научиться выявлять негативные автоматические мысли и наблюдать за ними. -Исследовать негативные автоматические мысли и аргументы, поддерживающие и опровергающие их. -Заменить ошибочные когниции на более рациональные мысли. -Обнаружить и изменить дезадаптивные убеждения, формирующие благоприятную почву для возникновения когнитивных ошибок.

71. Когнитивная терапия в видении Бека — это структурированное обучение, призванное помочь пациенту овладеть следующими операциями.

Эталон ответа:

-Обнаруживать свои негативные автоматические мысли. -Находить связь между знаниями, аффектами и поведением. -Находить факты «за» и «против» автоматических мыслей. -Подыскивать более реалистичные интерпретации для них. -Научить выявлять и изменять дезорганизующие убеждения, ведущие к искажению навыков и опыта.

72. Что понимают под экзистенциальной психотерапией?

Эталон ответа:

Экзистенциальная психотерапия - это подход, который сосредоточен на исследовании глубоких вопросов человеческого существования, таких как смысл жизни, свобода, выбор, ответственность и смерть. Его цель состоит в том, чтобы помочь пациентам осознать свое существование и свободу выбора, а также научиться принимать ответственность за свою жизнь и свои решения. Экзистенциальная психотерапия может быть особенно полезна для людей, переживающих кризисы смысла жизни, страдающих от тревоги или депрессии, а также для тех, кто хочет лучше понять свои жизненные ценности и убеждения.

73. Какие основополагающие принципы лежат в основе экзистенциальной психотерапии?

Эталон ответа:

Основополагающие принципы экзистенциальной психотерапии включают в себя осознание смысла жизни и смерти, свободу и ответственность за собственное существование, а также

самопознание и самостановление. Она подчеркивает индивидуальность каждого пациента и не ориентируется на универсальные решения, она фокусируется на конкретном пациенте, его ситуации и опыте. Экзистенциальная психотерапия признает природу страданий человека и помогает индивиду научиться принимать ответственность за свою жизнь, что может привести к более глубокому самопониманию и улучшению качества жизни.

74. Как экзистенциальная психотерапия помогает людям находить смысл жизни?

Эталон ответа:

Экзистенциальная психотерапия помогает людям находить смысл жизни, обращая внимание на их собственные ценности и убеждения. Она также помогает людям осознать свои страхи и проблемы, которые могут мешать им находить смысл в жизни. Наконец, экзистенциальная психотерапия помогает людям принимать ответственность за свою жизнь и принимать решения, которые помогают им жить более осмысленно.

75. Какие проблемы можно решить с помощью экзистенциальной психотерапии?

Эталон ответа:

Экзистенциальная психотерапия может помочь людям решить широкий спектр проблем, связанных с поиском смысла жизни. Например, кризис среднего возраста, потеря близкого человека, разочарование в карьере или личных отношениях. Она также может помочь людям, страдающим от тревожности, депрессии, фобий и других психологических проблем. Наконец, экзистенциальная психотерапия может быть полезна для людей, желающих лучше понять свои ценности и убеждения, и найти способы жить более осмысленно.

КРИТЕРИИ оценивания компетенций и шкалы оценки

Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или удовлетворительный (пороговый) уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или достаточный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать знания при решении заданий, отсутствие самостоятельности в применении умений. Отсутствие подтверждения наличия сформированности компетенции свидетельствует об отрицательных результатах освоения учебной дисциплины	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем, следует считать, что компетенция сформирована на удовлетворительном уровне.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных образцам, что подтверждает наличие сформированной компетенции на более высоком уровне. Наличие такой компетенции на достаточном уровне свидетельствует об устойчиво закреплённом	Обучающийся демонстрирует способность к полной самостоятельности в выборе способа решения нестандартных заданий в рамках дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной дисциплины, так и смежных дисциплин, следует считать компетенцию сформированной на высоком уровне.

		практическом навыке	
--	--	------------------------	--

Критерии оценивания тестового контроля:

процент правильных ответов	Отметки
91-100	отлично
81-90	хорошо
70-80	удовлетворительно
Менее 70	неудовлетворительно

При оценивании заданий с выбором нескольких правильных ответов допускается одна ошибка.

Критерии оценивания собеседования:

Отметка	Дескрипторы		
	прочность знаний	умение объяснять (представлять) сущность явлений, процессов, делать выводы	логичность и последовательность ответа
отлично	прочность знаний, знание основных процессов изучаемой предметной области, ответ отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владением терминологическим аппаратом; логичностью и последовательностью ответа	высокое умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры	высокая логичность и последовательность ответа
хорошо	прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; свободное владение монологической речью, однако допускается одна -	умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; однако допускается одна - две неточности в ответе	логичность и последовательность ответа

	две неточности в ответе		
удовлетворительно	удовлетворительные знания процессов изучаемой предметной области, ответ, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительное умение давать аргументированные ответы и приводить примеры; удовлетворительно сформированные навыки анализа явлений, процессов. Допускается несколько ошибок в содержании ответа	удовлетворительная логичность и последовательность ответа
неудовлетворительно	слабое знание изучаемой предметной области, неглубокое раскрытие темы; слабое знание основных вопросов теории, слабые навыки анализа явлений, процессов. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа	неумение давать аргументированные ответы	отсутствие логичности и последовательности ответа